



こもにちはTOMです

トムハウス
TOM HOUSE



第23回 トムハウスまつり 開催 10月4日(土)、5日(日)



主催
事業

第23回トムハウスまつりを開催します。運営協議会と参加の皆さんで実行委員会を立ち上げ、準備を進め実施します。発表、模擬店、展示など多くの参加をお待ちしています。

- ★申込み受付：トムハウス事務局 (Tel 371-8806)
- ★申込み期間：6月23日(月)～7月4日(金)

参加団体は、実行委員会に必ず出席してください。

★第1回実行委員会

- 日 時：7月6日(日) 午後2時～
- 場 所：ホール

健康講座

主催
事業

「脳疾患と認知症」 健康的な暮らしをトムハウスから考える

老化予防のお話や、簡単なテストで脳の健康チェックも行います。
お気軽にご参加ください。



- 日 時 6月28日(土) 午後2時～3時30分
- 場 所 1階ホール
- 参加費 無料(直接会場へおこしください)
- 講 師 在宅支援診療所 医療法人社団 三矢会 武島内科クリニック

院 長 武島 英人 先生
医学博士

- 持ち物 鉛筆、消しゴム、あれば赤青の色鉛筆

- 問合せ 事務局 Tel 371-8806

<主催>トムハウス運営協議会
<協力>さくらんぼの会「寝たきりゼロをめざす会」

共催
事業

コンパクト・デジタルカメラ入門講座 「お花を撮ろう」

デジタルカメラのさまざまな機能の使い方とお花の撮りかたを、近くの公園での実技を含めて、やさしく解説します。

お気軽にご参加ください。

- 日 時 6月28日(土) 午前10時～午後1時 (雨天決行)
- 場 所 2階会議室と近くの公園
- 参加費 無料
- 講 師 多摩写遊会メンバー
- 申込み 5月27日(火)～6月26日(木) 先着15人



事務局 Tel 371-8806

※各自、カメラ、取扱説明書をご持参ください。
(携帯、スマホはご遠慮ください)

受付時間は午前10時～午後8時
電話受付は午前10時30分～

共催
事業

多摩市社会福祉協議会

ふれあいトムとも

トムハウスでは多摩市社会福祉協議会と共催で地域の福祉活動を推進するための「ふれあいトムとも」(地域福祉推進委員会)を開催しています。

今回は会の紹介と、地域の課題を皆さんと考えます。
お気軽にご参加ください。

- 日時 6月7日(土) 午前10時～正午
- 場所 トムハウス 2階会議室
- 問合せ 多摩市社会福祉協議会 まちづくり推進係 松井

Tel 373-5616



印刷機利用のお知らせ



- 利用時間：午前10時～午後8時(印刷終了)
- 印刷代： 1枚1円
1回に1000枚までです。
- 原紙代： 1枚50円

運営協議会総務部

6月の休館日：3日、17日

高齢者食事懇談会

アジサイの季節になりました。
皆様お誘い合わせて
お越しください。



日 時 6月10日(火) 12時～
場 所 1階ホール
対 象 70歳以上の方(付添可)
参加費 300円
献 立

- ・豚のしょうが焼き
- ・マカロニサラダ
- ・ひじき煮
- ・すまし汁
- ・白米ごはん
- ・デザート



27日よりお申し込みください。
※申し込みは本人に限ります。
受付時間は午前10時～午後8時

「ピアノ生演奏の日」

お待たせしました。2014年度の
「ピアノ生演奏」のスタートです。
今年も多くの方のピアノの親しみや
すい演奏をお楽しみください。



<6月の日程と演奏者>

7日(土) 矢澤 一彦さん
21日(土) 岡 牧子さん

<演奏時間>

午前11時～11時30分

6月のパソコンサロン

パソコンを通じて人と地域をつなぐコ
ミュニケーションの場がパソコンサロン
です。お気軽にご参加ください。

7日(土) 13:30～15:30
ワードでチラシ作り
14日(土) 13:30～15:30
ワードでデジカメ写真活用
20日(金) 13:30～15:30
スマートフォンを使おう
22日(日) 13:30～15:30
エクセルで出納帳作成
30日(月) 13:30～15:30
インターネットを楽しむ



受付は各回先着5名です。初めての
方は27日から、参加経験のある方は
28日以降にお申し込みください。
受付時間は午前10時～午後8時
電話受付は10時30分から
(TEL371-8806)

サークル紹介 記事募集!

広報紙「こんにちはTOMです」で
は、登録サークルからのお知らせ記事
を募集しています。
掲載無料です。
毎月7日までに寄稿ください。



福祉カラオケ6月の予定

歌えば楽しい。身も心も軽くなります。
どうぞご参加ください。



日	催し物	開始	場所
7(土)	福祉カラオケ	13:30	音1
24(火)	福祉カラオケ	13:30	音1

近隣カラオケ交流会

●日 時 6月15日(日)
午前10時から
午後5時まで
●場 所 トムハウス1階ホール
詳細はカラオケ交流部まで

サークルからの お知らせ 木版画「フクロウの会」 会員募集

講師を招かず、自分の好きな作品を
作成することをモットーに、超初心者
から超ベテランまで、会員を募ります。
トムハウスを木版画の発信基地
に・・・



製作日: 毎月1回
第3日曜日(原則)
13時30分～17時30分

場 所 トムハウス(予定)
会 費: お問い合わせください
材料等: 各自持参
連絡先: 室谷 090-2655-5668

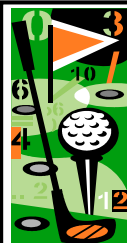
★大人も学べる公文書写教室です★

KUMON

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆
教室見学受付中

講師 皆川 TEL 090-6134-1523
多摩市鶴牧 3-17 エステート鶴牧集会所

学習日 木曜日 14時30分～19時
金曜日 18時30分～20時



南野ゴルフ
(練習場)

地域に根ざしたアットホ
ームな練習場です。お気
軽においでください。
個人レッスン、ゴルフス
クールもあります。

多摩南野交差点すぐそば
☎ 373-3730 年中無休
<http://www.k5.dion.ne.jp/~m-golf/>

スポーツ整体南野

頭痛・肩こり・腰痛
悩み相談 他

多摩南野ゴルフ場内 2階
TEL 080-4771-7794
(P有り。火曜定休)

トムエリア被災時生活支援マップ
1部 100円

トムハウス受付で頒布中

多摩市の防災マップを基に、まち
づくり部で現地確認済みの公衆電
話、医院、コンビニ、ATM、AED
など災害時有用な施設を網羅!